

Согласовано

заведующая
МДОУ "Детский сад №122"
Кошелева А.В./

МЕНЮ

14 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	212	ОТВАРНЫЕ РОЖКИ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	180	5,3	3	34,2	185	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш сорт)	40/6	3,1	5,1	20,1	139	0
2012	391	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		9	37	0
Итого			426	8,5	8,1	63,3	361	0
Обед								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности)	200/9	4,2	4,7	12,6	113	2,8
2008	311	ПЛОВ С КУРИНЫМ МЯСОМ (крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	200	9,9	9,5	37,7	275	1,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			659	17,4	14,6	80,2	525	4,4
Полдник								
		СОК В АССОРТИМЕНТЕ 3Л (сок в ассортименте 3л.)	200	0,9	0,2	18,3	78	1,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш сорт)	40	1,5	2	14,9	83	0
Итого			240	2,4	2,2	33,2	161	1,5
Ужин								
2012	417	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2.5% жирности, сахар песок, соль йодированная)	200	5,4	3,3	22,2	140	0,6
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)	200	2,7	2,2	14,1	88	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			440	11,2	5,7	56,4	323	1,1
Всего				39,5	30,6	233,1	1370	7

Согласовано

заведующая
МДОУ "Детский сад №122"
/ Кошелева А.В./

МЕНЮ

14 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	212	ОТВАРНЫЕ РОЖКИ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	4,9	3	30,7	170	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30/4	2,3	3,4	15,1	100	0
2012	391	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		8,1	32	0
Итого			364	7,3	6,4	53,9	302	0
Обед								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, лук репчатый, морковь, горох лущеный, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	150/8	2,8	3,2	9,3	81	2,3
2008	311	ПЛОВ С КУРИНЫМ МЯСОМ (крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	160	9,4	8,2	34,1	249	1,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			508	14,8	11,8	68,3	443	3,9
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш. сорт)	40	1,5	2	14,9	83	0
Итого			240	2,5	2,2	35,1	169	4
Ужин								
2012	417	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, соль йодированная)	170	4,6	2,9	17,9	117	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,4	1,9	11,4	74	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			380	9,3	5	44,4	262	0,9
Всего				33,9	25,4	201,7	1176	8,8